

Hubungan Pemakaian *Smartphone* Terhadap Aktivitas Olahraga**HUBUNGAN PEMAKAIAAN *SMARTPHONE* TERHADAP AKTIVITAS OLAHRAGA SEHARI-HARI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 TRAWAS****Salahuddin Firman,**S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya dienlicious14@yahoo.com**Anung Priambodo**S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya**Abstrak**

Seiring berkembangnya *smartphone*, ternyata situasi psikologi anak juga mengalami reaksi yang beraneka macam. Aktivitas fisik di luar jam pelajaran penjasor sebagai acuan menjadi hal yang tidak biasa dilakukan oleh siswa, sedangkan guru penjasor tidak dapat mengetahui dan memantau secara langsung kegiatan fisik peserta didiknya di luar sekolah, sehingga perlu diadakan pelatihan untuk memberikan wawasan, pengalaman dan pengetahuan ilmu kepelatihan perlu dilakukan dengan pengembangan kompetensi. Tujuan penelitian ini adalah memperoleh deskripsi tentang (1) Untuk mengetahui hubungan pemakaian *smartphone* terhadap aktivitas olahraga sehari-hari pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Trawas. (2) Untuk mengetahui seberapa hubungan pemakaian *smartphone* terhadap aktivitas olahraga sehari-hari pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Trawas. Metode penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Data dikumpulkan dengan menggunakan angket / kuisioner *smartphone* dan angket / kuisioner aktivitas olahraga. Angket / kuisioner ini digunakan untuk memperoleh data kuantitatif yang kemudian dideskripsikan menurut hubungan dari pemakaian *smartphone* terhadap aktivitas olahraga siswa sehari-hari kelas VIII SMP Negeri 1 Trawas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa diperoleh nilai korelasi *product moment* sebesar 0,004. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pemakaian *smartphone* terhadap aktivitas olahraga siswa sehari-hari kelas VIII SMP Negeri 1 Trawas.

Kata kunci : pemakaian *smartphone*, aktivitas olahraga**Abstract**

With the growing of technology advance such as smartphones, children's psychology reactions are different from each other. Physical activities out of physical education lesson to be not usual goal , so physical education teachers wouldn't be able to monitor students physical activities outside the school. so it is necessary to run a training to give knowledges, experiences as well as coaching skill knowledges for competency development. The objective of this research is to get a description of (1) the relation of using *smartphone* towards physical education activities on the daily basis of the year 8 students of SMPN 1 Trawas. This research method is descriptive quantitative. The data was collected by using both *smartphone* and physical education activities questionnaires. These questionnaires are used to get quantitative data that then described to find the relations of using smartphones towards the physical education activities of the year 8 students of SMPN 1 Trawas. The results of this research shows that there is a correlation value of product moment which is 0,004 which means that there is no significant relations between the using of *smartphone* towards the physical education activities on the daily basis of the year 8 students of SMPN 1 Trawas.

Keywords : *smartphone* used, physical activities**PENDAHULUAN**

Pelaksanaan penelitian ini berdasarkan pada keadaan anak-anak remaja yang sedang berada pada zaman modern dimana tersedianya perangkat berkemampuan tinggi dan berkembang cepat dibandingkan beberapa dekade yang lalu. Peralatan itu dinamakan *smartphone*. Istilah *smartphone* ini ada yang menyebutnya ponsel pintar.

Permasalahan timbul bukan dari perangkat tersebut di zaman ini, akan tetapi kalangan pengguna

perangkat tersebut yang sulit untuk diawasi dalam penggunaannya. Pada zaman ini anak-anak di bawah umur sudah menggunakan *smartphone* yang berisi aplikasi sosial media dan permainan. Hal ini yang menyebabkan anak terlalu lama dalam menggunakan *smartphone*.

Seiring berkembangnya *smartphone*, ternyata situasi psikologi anak juga mengalami reaksi yang beraneka macam. Ada yang menggunakan *smartphone* untuk menambah nilai pelajaran sekolah, dan ada yang

membuat siswa malas bergerak dan sering membuang waktu di depan *smartphone*. Banyak juga yang membuat siswa menjadi anak yang kurang bergaul dengan daerah sekitar dikarenakan siswa bisa mengakses apapun dengan *smartphone*. Pada tahun 2012 hasil penelitian dan ditemukan sebesar 58% remaja berusia 14-17 tahun yang telah memiliki *Smartphone*. Namun dari jumlah tersebut diungkapkan bahwa jumlah pengguna *Smartphone* kalangan remajalebih banyak dari pada pengguna *smartphone* pada orang dewasa (Nielsen, dalam Hestya:2012). Sebenarnya banyak permainan olahraga yang dapat membuat siswa sehat, akan tetapi permainan di *smartphone* lebih mendominasi. Sosialisasi langsung lebih sedikit daripada dengan sosial media di *smartphone*. Ini yang menghambat gerak anak remaja karena siswa sudah bergantung pada *smartphone*.

Aktivitas fisik di luar jam pelajaran penjasor sebagai acuan menjadi hal yang tidak biasa dilakukan oleh siswa, hal ini berseberangan dengan dasar falsafah penjasor yang menjelaskan keterlibatan anak dalam asuhan permainan, senam, kegiatan bersama, dan lain-lain, merangsang perkembangan gerakan yang efisien yang berguna untuk menguasai berbagai keterampilan. Keterampilan tersebut bisa berbentuk keterampilan dasar, misalnya: berlari dan melempar serta keterampilan khusus seperti renang atau senam. Pada akhirnya keterampilan itu bisa mengarah kepada keterampilan yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari (Kristiyandaru, 2010:42). Guru penjasor tidak dapat mengetahui dan memantau secara langsung kegiatan fisik peserta didiknya di luar sekolah. Terkait dengan hal tersebut, sekolah merupakan gudangnya bibit olahragawan berbakat. Hal tersebut paling tidak disebabkan oleh dua hal: pertama, salah satu tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah meningkatkan dan mengembangkan berbagai fungsi keterampilan gerak dasar dan kemampuan jasmani. Pengembangan keterampilan gerak dasar dan kemampuan jasmani yang sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan secara multilateral sesuai usia anak didik dapat menjadi landasan bagi pengembangan keterampilan gerak olahraga. Keterampilan gerak olahraga merupakan gerak yang kompleks-multipleks sehingga untuk itu dibutuhkan kemampuan gerak yang prima.

Kedua, talenta olahraga tidak dimiliki oleh semua anak, tetapi sebagian kecil saja. Untuk mengembangkan talenta tersebut dibutuhkan perhatian dan pengorganisasian yang melibatkan berbagai instansi. Di sekolah selain kegiatan intrakurikuler juga terdapat kegiatan ekstrakurikuler. Dalam kegiatan ekstrakurikuler anak didik mendapat sentuhan awal. Jika kegiatan ekstrakurikuler ini dikelola dengan manajemen yang baik

maka akan melahirkan atlet-atlet yang berprestasi. Untuk kegiatan ekstrakurikuler tersebut dibutuhkan penanganan guru yang profesional juga dukungan moril, materiil serta dukungan dari berbagai instansi terkait. Sehubungan dengan itu peneliti mempunyai gagasan untuk mengetahui aktivitas olahraga sehari-hari yang siswa lakukan di luar jam pelajaran. Apakah aktivitas olahraga tersebut mempunyai hubungan dengan pemakaian *smartphone* yang sekarang banyak dilakukan oleh kalangan remaja khususnya siswa SMP?

Dari uraian latar belakang di atas penulis akan melakukan penelitian dengan judul **“Studi Hubungan Pemakaian *Smartphone* terhadap Aktivitas Olahraga Siswa Sehari-hari Kelas VIII SMP Negeri 1 Trawas”**.

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menemukan informasi dari permasalahan yang telah ada di rumusan masalah di atas adalah (1) untuk mengetahui hubungan pemakaian *smartphone* terhadap aktivitas olahraga sehari-hari pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Trawas, dan (2) untuk mengetahui seberapa hubungan pemakaian *smartphone* terhadap aktivitas olahraga sehari-hari pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Trawas.

METODE

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan maksud untuk mencari hubungan antara pemakaian *smartphone* terhadap aktivitas olahraga sehari-hari siswa kelas VIII SMP. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemakaian *smartphone*, dan variabel terikatnya adalah aktivitas olahraga sehari-hari.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pemakaian *smartphone* terhadap aktivitas olahraga siswa sehari-hari Kelas VIII SMP Negeri 1 Trawas. Uji coba dilakukan dengan menggunakan kuisioner/angket sebagai instrumen penelitian. Siswa diminta untuk mengisi kuisioner/angket tersebut, kemudian peneliti menganalisis hubungan antara pemakaian *smartphone* terhadap aktivitas olahraga siswa sehari-hari.

Analisis korelasi ini digunakan untuk mengetahui hubungan pemakaian *smartphone* terhadap aktivitas olahraga sehari-hari siswa. Derajat hubungannya disebut dengan koefisien korelasi yang dinyatakan dengan r_{xy} . Menentukan nilai r_{xy} berdasarkan sekumpulan data (X,Y) dapat dilakukan dengan perumusan sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Analisis regresi merupakan hubungan yang dinyatakan dalam bentuk persamaan matematik yang menyatakan hubungan fungsional antara variabel-variabel. Pada penelitian ini akan ditentukan persamaan

regresi Y atas X, dengan X adalah pemakaian *smartphone*, Y adalah aktivitas olahraga sehari-hari. persamaan regresi yang diperoleh adalah sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

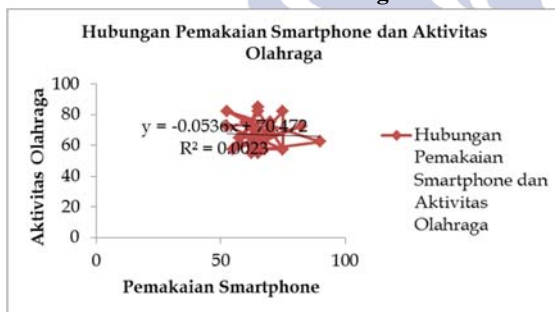
Menjawab hipotesis yang telah diajukan, maka data yang diperoleh dianalisis dengan korelasi *product moment* dan regresi dengan penyajian data sebagai berikut:

Tabel 1 Hasil Korelasi Rank Order Spearman antara Aktivitas Olahraga dengan Pemakaian *Smartphone*

Variabel	Rhitung	Sig.
Aktivitas Olahraga dengan Pemakaian <i>Smartphone</i>	0,004	0,971

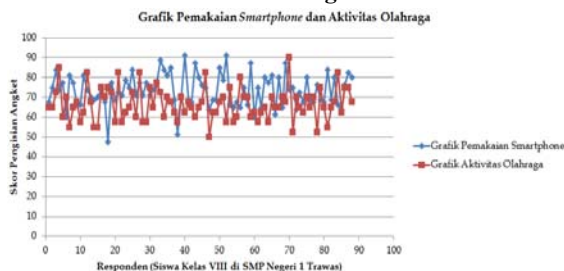
Selain data diolah dengan menggunakan analisis korelasi, analisis regresi juga dilakukan untuk lebih memantapkan hasil penelitian. Berikut adalah grafik hubungan pemakaian *smartphone* dengan aktivitas olahraga yang diperoleh dari data pengisian angket / kuisioner pemakaian *smartphone* dan aktivitas olahraga:

Grafik 1 Hubungan Pemakaian *Smartphone* dengan Aktivitas Olahraga



Dari Grafik 1 di atas dapat diperoleh persamaan regresi $Y = 67,747 - 0,0169X$ dan $r_{\text{square}} 0,0003$. X adalah pemakaian *smartphone* dan Y adalah aktivitas olahraga. Persamaan regresi yang diperoleh menunjukkan bahwa aktivitas olahraga tidak selalu dipengaruhi oleh pemakaian *smartphone* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Trawas. Grafik di atas dapat dibaca bahwa semakin sering siswa menggunakan *smartphone* tidak semakin sering juga aktivitas olahraga yang dilakukan siswa.

Grafik 2 Pemakaian *Smartphone* dan Aktivitas Olahraga



Grafik di atas menunjukkan hasil perhitungan skor yang didapatkan oleh siswa dalam pengisian angket, titik dan garis biru menunjukkan pemakaian *smartphone* dan titik dan garis merah menunjukkan aktivitas olahraga. Pada grafik tersebut terlihat bahwa tidak ada kesamaan karakter, yang berarti setiap siswa memiliki kebiasaan yang berbeda-beda dalam kehidupan sehari-hari. Pemakaian *smartphone* tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan aktivitas olahraga.

Dalam penelitian ini didapatkan hasil yang berbeda antara hipotesis awal dan hasil penelitian. Dalam hipotesis awal dikatakan bahwa dalam penelitian ini ada hubungan pemakaian *smartphone* dengan aktivitas olahraga siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Trawas, sedangkan dalam hasil penelitian didapatkan hasil yaitu tidak ada hubungan yang signifikan. Hal ini disebabkan karena siswa SMP Negeri 1 Trawas memiliki presentase Pemakaian *Smartphone* dan Aktivitas Olahraga sama besarnya. Pemakaian *smartphone* kategori sangat jarang dengan jumlah 0 siswa dengan presentase 0%, kategori jarang dengan jumlah 1 siswa dengan presentase 1 %, kategori sering dengan jumlah 34 dengan presentase 39%, dan kategori sangat sering dengan jumlah 53 dengan presentase 60%. Aktivitas olahraga kategori sangat jarang dengan jumlah 0 siswa dengan presentase 0%, kategori jarang dengan jumlah 1 siswa dengan presentase 1 %, kategori sering dengan jumlah 78 dengan presentase 89%, dan kategori sangat sering dengan jumlah 9 dengan presentase 10%. Hal ini disebabkan beberapa fakta yang terjadi dilapangan, yaitu faktor pemakaian *smartphone* dan banyak siswa memang dibelikan orang tua *smartphone* sebagai hadiah ketika masuk di SMP Negeri 1 Trawas karena dipandang sebagai SMP favorit di daerah Trawas. Selain itu pemakaian *smartphone* yang sangat tinggi juga dikarenakan sosial media dan game yang selalu ada pembaruan yang membuat siswa semakin penasaran dengan kemajuan teknologi *smartphone* tersebut. Dan hampir semua siswa mempunyai dan menggunakan sosial media dalam hal berkomunikasi. Dari faktor aktivitas olahraga, siswa juga memiliki presentase yang tinggi dalam hal aktivitas olahraga, dikarenakan aktivitas olahraga didukung fasilitas yang ada yaitu dengan adanya SSB (sekolah sepak bola), club badminton, perkumpulan karate, pencak silat, dan club atletik. Dan juga didukung oleh pemerintahan kecamatan dengan diadakannya pekan olahraga kecamatan dengan di pentandingan beberapa cabang olahraga yg mewakili setiap desa.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan dari analisis data yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka peneliti dapat

mengambil simpulan bahwa dalam penelitian ini tidak ada hubungan yang signifikan antara pemakaian *smartphone* dengan aktivitas olahraga siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Trawas, Kabupaten Mojokerto.

Saran

Berdasarkan keseluruhan dari hasil dan pembahasan pada penelitian ini, maka diberikan beberapa saran yang diharapkan dapat memperbesar manfaat hasil penelitian ini, adapun saran tersebut antara lain: (1) dalam penelitian ke depan agar lebih memperhatikan jumlah sampel dan populasi yang digunakan dalam penelitian, karena jika sampel yang diambil berbeda maka akan mendapatkan hasil yang berbeda. (2) Penelitian ini masih perlu dikembangkan dengan penggunaan angket baru yang mengikuti perkembangan zaman. (3) Untuk mengembangkan penelitian ini, supaya lebih memperhatikan detail aktivitas olahraga maupun pemakaian *smartphone* yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman, 2009. *Gizi dalam Daur Ulang Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Efendi, Ahmad. 2013. *Pengaruh Pengguna Teknologi Informasi terhadap Aktivitas Fisik Siswa*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: Unesa.
- Fadilah, Ahmad. 2011. *Pengaruh Penggunaan Alat Komunikasi Handphone(Hp) terhadap Aktivitas Belajar Siswa SMP Negeri 66 Jakarta Selatan*. Skripsi tidak diterbitkan. Jakarta: Jurusan Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah
- Heatlh&fit. 2012. *Sejuta Manfaat Olahraga Bagi Tubuh*, (Online), (<http://health.okezone.com/read/2012/12/10/486/729797/sejuta-manfaat-olahraga-bagi-tubuh>) diakses pada tanggal 4 februari 2016.
- Hestya. 2012. *58% Pengguna Smartphone dari Kalangan Remaja*, (Online), (<https://telset.id/51928/58-pengguna-smartphone-dari-kalangan-remaja/>) diakses pada tanggal 17 April 2016
- Kristiyandaru, Advendi. 2010. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press
- Maksum, Ali. 2007. *Psikologi Olahraga*. Surabaya: University Press.
- Maksum, Ali. 2009. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: University Press.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: University Press.
- Mardiya. 2010. *Mengoptimalkan Peran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dalam Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Didik*, (Online), (<https://mardiya.wordpress.com/2010/11/29/meng-optimalkan-peran-pendidikan-jasmani-olahraga-dan-kesehatan-dalam-pertumbuhan-dan-perkembangan-anak-didik/>)
- Nurhasan, dkk. 2005. *Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani*. Surabaya: Unesa University Press.
- Prabowo. 2011. *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press
- Pratiwi, Vera R. 2013. *Studi Komparatif Interpersonal Remaja Pengguna dan Bukan Pengguna Smartphone di SMA Laboratorium Percontohan UPI*. Skripsi tidak diterbitkan. Bandung: UPI.
- Putra, Aucky. 2014. *Peran Smartphone dalam Interaksi Sosial Anak Muda*. Skripsi tidak diterbitkan. Malang: Universitas Brawijaya.
- Seimbangku,hidup.2015. *Dampak Negatif Penggunaan Smartphone bagi Kesehatan*,(Online)(<http://www.hidupseimbangku.com/post/health/dampak-negatif-penggunaan-smartphone-bagi-kesehatan>) yang di akses tanggal 9 Pebruari 2016.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2012. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi A. 2006. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Bina Aksara.
- Suherman, Adam. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sumosardjuno, Sadoso. 1996. *Pengetahuan Praktis Kesehatan dalam Olahraga*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Sutopo, Ariesto Hadi. 2012. *Teknologi Informasi dan Komunikasi dalam Pendidikan*. Jakarta: Graha Ilmu.
- Utaminingsih, Ina A. 2006. *Pengaruh Penggunaan Ponsel pada Remaja Terhadap Interaksi Sosial Remaja*. Skripsi tidak diterbitkan. Bogor: Institut Pertanian Bogor.